

ИССЛЕДОВАНИЕ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТРЁХОЧКОВЫХ БРОСКОВ В СОВРЕМЕННОМ БАСКЕТБОЛЕ

В.В. Головчик, 4 курс

Научный руководитель – Н.Н. Колесникова, к.п.н., доцент

Полесский государственный университет

Как известно, в баскетболе результативность игры определяется, прежде всего, бросками из-за периметра. Многие специалисты считают, что исход баскетбольного матча зачастую зависит от трёхочкового броска. Такое утверждение основывается на анализе соревновательной деятельности, как белорусских высококвалифицированных баскетболистов, так и спортсменов зарубежных стран [1, с. 14; 2, С. 22–27].

Как утверждает Хол Виссел, при выполнении трёхочкового броска проявляется в большей степени сила мышц ног, спины, плеч, создавая дополнительное усилие с ритмичным и последовательным его выполнением [3, с. 82].

Существуют различные мнения об эффективности использования дальних бросков и степени их влияния на исход игровых поединков, что и определило актуальность данного исследования.

Цель исследования – определить целесообразность использования трёхочкового броска в современном баскетболе.

Данное исследование проводилось с использованием результатов тестирования мужской команды ПолесГУ и статистических данных столичной команды Цмоки–Минск и их соперников сезона 2016/17 Единой лиги ВТБ, предоставленных на официальном сайте лиги [4].

Для выявления целесообразности использования трёхочковых бросков в современном баскетболе нами было изучена результативность дальних бросков игроков этих команд.

В ходе анализа статистических данных было установлено, что команды, с более высокой результативностью дальних бросков, оказались победителями в 62,5% проведённых матчей.

Также нами проанализирована результативность трёхочковых бросков, выполненных игроками команды ПолесГУ в ходе тренировочного процесса. При этом, учитывались броски, реализованные в двухсторонней игре и по заданию.

При определении точности бросков из-за периметра все баскетболисты выполняли тест, позволяющий определить их стабильность: 15 бросков сериями по 5 попыток с заранее обозначенной точки на площадке. После каждого броска игрок выполнял рывок к центральной линии и обратно, мяч подавался партнёром. Показатели результативности в условиях соревновательной деятельности были взяты из протоколов двухсторонних игр проведённых в рамках тестирования (средняя результативность команды составила 43,3%, соревновательная – 31,7%).

Далее была проанализирована точность попадания дальних бросков в ходе игр (по четвертям). Средние показатели попаданий при трёхочковых бросках в процентном отношении ко всем выполненным броскам свидетельствует о том, что у студентов–баскетболистов ПолесГУ во второй четверти игр, результативность дальних попаданий выше (33,9%), чем в первой четверти (29,1%). В третьей четверти проведённых матчей процент попадания у баскетболистов возрастает до 37,2%, а в четвёртой четверти данный показатель значительно падает до 26,5%.

Минимальная разница средней результативности по игровым четвертям составила – 2,6%, максимальная – 8,1%. При этом разница показателей первой и второй четверти небольшая, а в четвёртой четверти по сравнению с третьей (пик результативности) процент попаданий значительно, на 10,7%, падает.

Несмотря на заметное снижение точности попаданий в четвёртой четверти, исследуемые баскетболисты во второй половине игр, демонстрируют незначительное увеличение количества попаданий (0,3%) по отношению к первой половине игр.

Исходя из этого, трёхочковый бросок, по нашему мнению, является необходимым элементом в современном баскетболе. Увеличение результативности общего количества точных выполненных трёхочковых бросков является одним из потенциальных способов повышения результативности игры.

Список использованных источников

1. Волуевич–Черленко, М. Характеристика бросков по кольцу на основании анализа матчей польской баскетбольной лиги / М. Волуевич–Черленко // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2005. – С. 14.
2. Хромаев, З.М. Анализ технико–тактических показателей ведущих команд Украины по баскетболу / З. М. Хромаев, Р. С. Защук, В. З. Бабушкин // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2012. – С. 22–27.
3. Виссел, Х. Баскетбол: шаги к успеху / Хол Виссел. – М.: АСТ: Астрель, 2009.– 82 с.
4. Официальный сайт Единой лиги ВТБ. – Режим доступа: <http://www.vtb-league.com>. – Дата доступа: 20.03.2018